

# Psychische Gesundheit: Der Erfolgsfaktor für Ihre Firma!

**Überrascht? Wenn Sie dem Thema psychische Gesundheit in Ihrem Unternehmen das nötige Gewicht geben, steigern Sie damit die Leistungsfähigkeit, Motivation und Produktivität der ganzen Organisation.**

## **Warum?**

- Weil Schweizer Unternehmen wegen gesundheitlicher Probleme der Mitarbeitenden jedes Jahr gegen 50 Mia. Franken verloren gehen.
- Weil jede/r vierte Mitarbeitende Anzeichen von psychischen Problemen zeigt.
- Weil Sie als Führungskraft nicht nur für den Geschäftserfolg in der Verantwortung stehen.
- Weil das Arbeitsgesetz Unternehmen verpflichtet, die Gesundheit der Mitarbeitenden zu schützen.

## **Deshalb mental health@work**

Nur wer auch psychisch gesund ist, kann sich persönlich und fachlich weiterentwickeln und seinem Aufgabenbereich neue Impulse geben. Deshalb gehört die psychische Gesundheit zuoberst auf die Liste Ihres BGMs. Die Stiftung Pro Mente Sana zeigt Ihnen, was es zu tun gilt, um den Erfolgsfaktor psychische Gesundheit zu nutzen.

**Jetzt  
handeln!**

# Ihr Start in ein gutes Investment

## Was Sie wissen sollten

Es besteht dringender Handlungsbedarf. Ein jährlicher Verlust von 50 Mia. Franken wegen gesundheitlicher Probleme der Mitarbeitenden schadet der Schweizer Wirtschaft. Wenn wir es schaffen, gemeinsam den arbeitsbedingten Stress zu reduzieren, könnten Unternehmen wie Ihres von einem ökonomischen Potenzial von 7.6 Mia. Franken profitieren. Denn weniger Ausfälle und sinkende Fluktuation wirken sich positiv auf die Kosten Ihres Unternehmens aus.

**Deshalb: Psychische Gesundheit geht Sie als Führungsperson vor allen anderen an.**

## Was Sie tun sollten

Das Thema psychische Gesundheit ist Chefsache. Sie sind es, die psychische Gesundheit zuoberst auf die Liste Ihrer Unternehmensstrategie und Ihres BGMs setzen sollten. Das Top-Management setzt nicht nur den Ton, es beeinflusst die Kultur stärker als jedes Strategiepapier. Starten Sie jetzt und bauen Sie die Vorurteile gegenüber Menschen mit psychischen Problemen in Ihrem Unternehmen und unserer Gesellschaft ab. Ermutigen Sie Ihre Mitarbeitenden frühzeitig zu professioneller Hilfe und übernehmen Sie die Kosten, bis mindestens 20% Ihrer Mitarbeitenden geschult sind.

## Was wir Ihnen bieten

Wir stellen Ihnen die richtigen Instrumente zur Verfügung, die greifen und helfen. Unsere Expert\*innen informieren Ihr Top-Management, schulen Ihre Führungskräfte und Berufsbildner\*innen vor Ort oder online.

Wenn Sie anschliessend Ihren Mitarbeitenden den Besuch eines ensa Erste-Hilfe-Kurses während der Arbeitszeit ermöglichen und zudem diesen auch eine anonyme Beratung durch Fachpersonen ausserhalb der Firma anbieten, dann ist das ein gutes Investment. Unsere ensa Erste-Hilfe-Kurse basieren auf einer Lizenz von Mental Health First Aid in Australien. Sie wurden in der Schweiz von der Beisheim-Stiftung mitinitiiert und unterstützt.

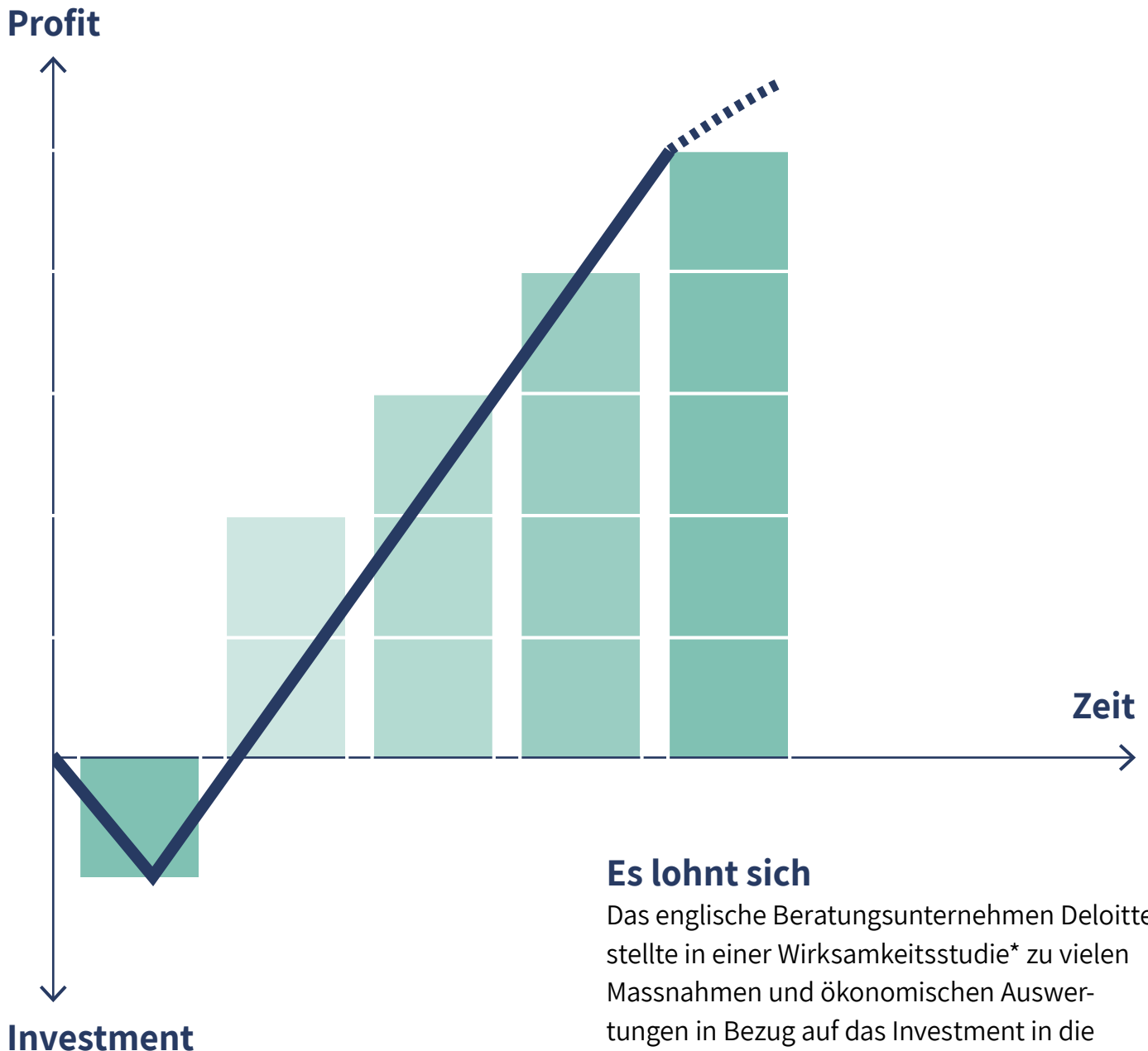


[www.mental-health-at-work.info](http://www.mental-health-at-work.info)



Beisheim Stiftung

# Mit diesen fünf Massnahmen zum Erfolg



## Es lohnt sich

Das englische Beratungsunternehmen Deloitte stellte in einer Wirksamkeitsstudie\* zu vielen Massnahmen und ökonomischen Auswertungen in Bezug auf das Investment in die psychische Gesundheit eines Unternehmens einen **durchschnittlichen ROI von 5:1 fest**, für einzelne Massnahmen sogar einen ROI von 10:1. Dies wird hauptsächlich erreicht durch anhaltend sinkende Krankheitsabsenzen, weniger Case-Management-Kosten und geringerer Fluktuation in den Unternehmen.

\*Quelle: Pro Mente Sana / Deloitte 2021

## 1. Commitment des Top-Managements

Hilfeleistung und Tools zur Erreichung eines strategischen Commitments zur psychischen Gesundheit Ihres Unternehmens:

- Einzelgespräche mit Unternehmensführung und Top-Kader
- Workshops und gezielte Fachberatung
- Kommunikations-Material der «Wie geht's dir?»-Kampagne zur Sensibilisierung und Vermittlung von ganz konkreten Tipps

## 2. Erste-Hilfe-Gespräche für Führungskräfte

Als Führungskraft lernen Sie auf die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden zu achten, Veränderungen frühzeitig wahrzunehmen und darauf zu reagieren. Sie lernen Anzeichen psychischer Krankheiten kennen und üben Erste-Hilfe-Gespräche zu führen:

- Dauer: 3,5 Stunden zuzüglich Pausen
- Abschluss: Teilnahmebestätigung
- Präsenzkurs oder Webinar für Ihr Unternehmen
- Preis: CHF 250.– pro Person

## 3. Erste-Hilfe-Kurse Fokus Erwachsene für Mitarbeitende

Mitarbeitende lernen die Grundlagen der psychischen Gesundheit kennen und üben die 5 Schritte der Ersten Hilfe, wenn andere Mitarbeitende Hilfe brauchen:

- Dauer: 12 Stunden zuzüglich Pausen
- Abschluss: Prüfung inkl. Zertifikat
- Präsenzkurs oder Webinar für Ihr Unternehmen
- Kosten: CHF 480.– pro Person

## 4. Erste-Hilfe-Kurse Fokus Lernende

Alle Berufsbildner\*innen müssen lernen, auf die psychische Gesundheit ihrer meist jugendlichen Lernenden zu achten, Veränderungen während der Lehrzeit frühzeitig wahrzunehmen und darauf zu reagieren. Sie lernen Anzeichen psychischer Krankheiten kennen und richtig zu handeln.

- Dauer: 14 Stunden zuzüglich Pausen
- Abschluss: Prüfung inkl. Zertifikat
- Präsenzkurs oder Webinar
- Preis: CHF 450.– pro Person

## 5. Vertrauliche und kompetente externe Beratung für alle

Psychosoziale Probleme sind oft stigmatisiert und Mitarbeitende wenden sich bei Schwierigkeiten lieber an eine externe Beratungsstelle. Dafür stellen wir eine speziell für Ihr Unternehmen eingerichtete Beratungsnummer zur Verfügung. Unser interdisziplinäres Beratungsteam aus Psychologinnen, Psychiatriepflegefachleuten, Peers und Sozialarbeitenden steht Ihren Mitarbeitenden kompetent zur Seite bei:

- persönlichen Krisen sowie psychosozialen Problemen
  - Aufklärung und Information zu psychischen Krankheiten
  - der Suche nach geeigneten Unterstützungsmöglichkeiten
  - wichtigen Entscheidungen in Bezug auf Therapie, Medikation, Klinikaufenthalt etc.
- Wir behandeln die Anliegen Ihrer Mitarbeitenden vertraulich und persönliche Daten bleiben anonym. Gerne vereinbaren wir mit Ihnen den Preis für diese Dienstleistung, der sich nach der Grösse Ihres Unternehmens und der Inanspruchnahme richtet.

# Schluss mit dem Tabu

**Psychische Gesundheit geht uns alle an. Denn jede\*r vierte Mitarbeitende zeigt Anzeichen einer behandelbaren psychischen Erkrankung.**

## **Erkennungszeichen von psychischen Erkrankungen**

- Zunehmend lustlos und demotiviert
- Häufiger unkonzentriert und nicht bei der Sache
- Vermehrte Fehlzeiten
- Überempfindlich und schnell überfordert
- Vermehrt ablehnendes, fast aggressives Reagieren
- Aufkommendes Suchtverhalten

## **Nachteile für das Unternehmen**

- Schlechtes Arbeitsklima
- Verlust von guten Arbeitskräften
- Abnahme der Produktivität
- Gefährdung von Kundenbeziehungen
- Mehr Betriebsunfälle
- Erhöhter organisatorischer und administrativer Aufwand

# Jetzt sind Sie gefragt

**Top-Management ist gefragt,** das Tabu zu brechen, über psychische Belastungen reden zu lernen, die Haltung zu ändern und in Massnahmen für die psychische Gesundheit zu investieren.

**Führungskräfte sind gefragt,** in ihrer Vorbildrolle zu agieren und ihrer eigenen Gesundheit Sorge zu tragen. Schaffen Sie eine Umgebung, in der Ihr Team und Sie produktiv sind und psychisch gesund bleiben.

**Mitarbeitende sind gefragt,** die eigene Balance aus Belastungen und Ressourcen zu finden. Sie müssen lernen, das Thema psychische Gesundheit anzusprechen und sich gegenseitig Hilfe leisten zu können.

**Berufsbildner\*innen sind gefragt,** weil sie in der Verantwortung stehen und erkennen müssen, wenn Jugendliche in der Ausbildung mit psychischen Problemen kämpfen oder in Not sind.



Jede\*r vierte Mitarbeitende zeigt Anzeichen einer behandelbaren psychischen Erkrankung.

# Warum wir Ihr Top-Partner sind

Pro Mente Sana ist die Organisation für psychische Gesundheit in der Schweiz. Wir beraten Betroffene, Angehörige und Fachpersonen bei psychosozialen und rechtlichen Fragen rund um psychische Krankheit und Gesundheit.

Dank unserer über 40-jährigen Erfahrung in der Beratung von Menschen mit psychischen

Belastungen, deren Angehörigen und Arbeitgebenden sowie von Fachpersonen können wir ziel- und lösungsorientiert handeln und bei Bedarf an geeignete Stellen verweisen. Seit 1978.

Mehr über unsere Expertise, das Angebot und weiterführende Informationen auf:  
[www.mental-health-at-work.info](http://www.mental-health-at-work.info)

## Ihre Vorteile mit Pro Mente Sana:

- Früherkennung durch Erste-Hilfe-Gespräche
- Weltweit erprobte und nachweislich wirksame Mental Health First Aid Programme
- Top Schulung und Trainings
- Drei Jahre gültige Ausbildungszertifikate ensa Erste-Hilfe-Kurse
- Grosses Netzwerk an Fachpersonen und Organisationen für Psychische Gesundheit
- Fachlich anerkannte Interessensvertretung von psychisch beeinträchtigten Menschen in Gesellschaft und Politik

## Unternehmen, die bereits handeln:

- AXA
- IKEA
- Novartis
- Swisscom
- Swiss Re
- BSC Young Boys

Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana  
Hardturmstrasse 261  
8005 Zürich  
Tel. 044 446 55 00  
[kontakt@promentesana.ch](mailto:kontakt@promentesana.ch)

Beratungstelefon bei psychosozialen und rechtlichen Fragen: 0848 800 858

Unsere Arbeit unterstützen: IBAN CH16 0070 0110 0000 6618 6

[www.mental-health-at-work.info](http://www.mental-health-at-work.info) | [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch) | [www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch) | [www.ensa.swiss](http://www.ensa.swiss)

